

BIFINHOS RECHEADOS AO VAPOR



INGREDIENTES

- 6 BIFINHOS DE PERU
- QUEIJO (FATIAS)
- FIAMBRE (FATIAS)
- BATATAS Q.B.
- BROCOLOS Q.B.
- SAL Q.B.
- PIMENTA Q.B. (E/OU OUTROS TEMPEROS QUE GOSTE)

CONFEÇÃO

1. Começar por temperar os bifinhos de peru com sal, pimenta e outros temperos que goste.

3. Dispor os bifinhos de peru num tabuleiro e colocar em cima uma fatia de queijo e uma fatia de fiambre (ou bacon se preferir).

5. Enrolar os bifinhos com o queijo e o fiambre e colocar um palito no final para evitar que os bifes se desmanchem.

7. Colocar os bifes na panela de vapor previamente forrada com papel vegetal.

9. Lavar e arranjar o brocolo e colocar no tabuleiro da panela de vapor.

11. Descascar e cortar as batatas e colocar na taça cobertas vom água (que deve ultrapassar a medida par cozinhar a vapor).

13. Programar manualmente a 120 graus / 50 minutos.

15. Quando faltarem apenas 10 minutos para o fim, pausar a CC e retirar os brocolos e as batatas (se estas não forem muito grandes).

17. Deixar cozinhar os bifinhos recheados até ao final.
